

Gincana

Ajibem

Juntos vamos mais longe

10
anos



Manual do Voluntário

Sumário

| | |
|---|-----------|
| Instituto Ajinomoto | 3 |
| O que é a Gincana Ajibem | 4 |
| Estrutura da Gincana Ajibem | 4 |
| As equipes | 4 |
| As Instituições (OSCs e Escolas Públicas) | 5 |
| O percurso da Gincana Voluntária | 5 |
| Trilhas | 6 |
| Site da Gincana AJIBEM | 7 |
| Cronograma | 7 |
| Missões, desafios e pontuação na Gincana Ajibem | 8 |
| Relatório de Atividades | 10 |
| Cardápio de Atividades | 10 |
| Pontuação | 12 |

Instituto Ajinomoto

O Instituto Ajinomoto promove a transformação social proporcionando qualidade de vida e conhecimento às pessoas com foco em **nutrição, saúde e bem-estar**.

Para cumprir seu papel, o Instituto desenvolve ações, programas e incentiva o trabalho voluntário.

Suas principais ações são:

- Programa de Voluntariado AJIBEM
- Programa Conectar de Mentoría
- Sopão Solidário
- Projetos Retalhar
- Programa Jovens Chefs

A partir da filosofia "Alimente-se Bem, Viva Bem", do Grupo Ajinomoto queremos transformar o mundo em um lugar melhor. Valorizamos a proximidade com as comunidades, as ações voluntárias, a educação e o desenvolvimento social como formas de tornar a transformação possível (dos locais e das pessoas impactadas).

Alinhado a essa missão, o Instituto Ajinomoto desenvolveu a Gincana de Voluntariado que estimulará os funcionários da Ajinomoto do Brasil a atuarem como voluntários em atividades relacionadas aos temas de nutrição, saúde e bem-estar. Tudo isso de uma forma lúdica e colaborativa.

Ao longo desse manual, você encontrará informações importantes sobre a gincana.

O que é a Gincana Ajibem

A **Gincana AJIBEM** é uma competição saudável e solidária. Ela reconhece quem contribui para a realização de ações de voluntariado e promove a mobilização social para o bem comum, de uma forma lúdica e divertida. Paralelamente, promove a integração e motivação dos colaboradores da Ajinomoto do Brasil.

A **Gincana AJIBEM** tem como norte para suas ações os temas trabalhados pelo **Instituto Ajinomoto**: nutrição, saúde e bem-estar.

Estrutura da Gincana Ajibem

As equipes

As equipes são divididas de acordo com suas unidades. Cada unidade representa uma equipe.

O Gerente Geral da Unidade (ou cargo equivalente) será o grande apoiador da equipe. Caberá a essa pessoa estimular e mobilizar sua equipe a participar das atividades e, caso tenha interesse e disponibilidade, se envolver pessoalmente em algumas delas.

Os Comitês Locais de Voluntariado formarão as Equipes de Mobilização e atuarão como lideranças em sua Unidade. Essas pessoas servirão como referência para todos os participantes. São os membros das Equipes de Mobilização que serão acionados pela Gestão da Gincana AJIBEM para avaliar o andamento das atividades, assim como eles poderão sanar dúvidas e buscar orientações em busca do melhor desempenho da sua equipe.



A primeira etapa da Gincana AJIBEM consiste em registrar a Equipe de Mobilização no site da gincana. O registro da equipe se dá por meio de cadastro únicos de todos os voluntários membro. A primeira pessoa inscrita na lista de membros da Equipe de Mobilização será considerada sua Líder.

Sabemos que nem todos os colaboradores da Ajinomoto do Brasil em cada unidade farão parte da Equipe de Mobilização e isso não exclui a possibilidade dessas pessoas atuarem nos dias de ações voluntárias.

As Instituições (OSCs e Escolas Públicas)

As instituições beneficiadas pela gincana, sejam elas Organizações da Sociedade Civil (OSCs) ou escolas públicas, já são parceiras da Ajinomoto ou serão indicadas pelos funcionários da Ajinomoto do Brasil.

As ações voluntárias e campanha de arrecadação poderão ser realizadas em múltiplas OSCs/Escolas Públicas, porém ao final da Gincana cada equipe deverá escolher uma instituição para receber o prêmio, caso as equipes atinjam a pontuação mínima. Caberá à Equipe de Mobilização chegar a um consenso sobre qual instituição receberá o prêmio

O percurso da Gincana Voluntária

Como vimos, os funcionários da Ajinomoto do Brasil serão divididos em equipes de acordo com suas Unidades e escolherão uma instituição para representar.

A partir daí, terão um percurso a ser cumprido, com **Missões de Voluntariado, Campanha de Arrecadação (obrigatórios) e Desafios Relâmpago (opcionais)**.

Alguns desafios propostos serão realizados dentro da instituição escolhida e outros fora, em paralelo às atividades.

01 Formação da equipe de mobilização (Obrigatória)

Na primeira etapa da Gincana Ajibem cada Unidade deverá formar uma Equipe de Mobilização, que cuidará da organização das ações e mobilização dos colegas. Inscreva-se para fazer parte da Equipe de Mobilização em sua Unidade!



[Fazer minha inscrição](#)

02 Missão de Voluntariado 1

Para concluir a primeira missão da Gincana os(as) voluntários(as) deverão realizar atividades relacionadas a um ou mais pilares de atuação do Instituto Ajinomoto.

Registre as atividades realizadas até 29/08/2024 para somar pontos.



[Preencher relatório](#)

03 Campanha de arrecadação

Na Campanha Solidária, os(as) voluntários(as) devem avaliar junto à instituição suas necessidades e organizar uma campanha de arrecadação.

Registre os itens arrecadados até 16/09/2024 para somar pontos.



[Preencher relatório](#)

04 Missão de Voluntariado 2

Para concluir a última fase da Gincana os voluntários deverão realizar mais atividades relacionadas a um ou mais pilares de atuação do Instituto Ajinomoto.

Registre as atividades realizadas até 26/09/2024 para somar pontos.



[Preencher relatório](#)



Desafio Relâmpago

Em paralelo às etapas oficiais serão lançados **Desafios Relâmpagos** que permitirão aos participantes somar pontos extras.
Acompanhe os comunicados do programa para não perder esta oportunidade.

Desafio Relâmpago 1:
Paródia

Desafio Relâmpago 2:
Flagra da Liderança

Site da Gincana AJIBEM

O registro de atividades das equipes acontecerá por meio do site: www.ajibem.com.br

Nele, as equipes farão sua inscrição, download do manual do voluntário, registrarão informações e ficarão sabendo da sua pontuação e ranking de pontos.

Não serão aceitos envio de informações e documentos por nenhum outro meio, salvo especificado em algum desafio.



Cronograma

As equipes deverão observar os prazos abaixo para realização das atividades:

| AÇÃO | DATA |
|---|-----------------------|
| Live de lançamento | 20/06/2024 |
| Formação da equipe de mobilização (Obrigatória) | de 20/06 a 18/07/2024 |
| Webinar de orientação de equipes – 1 (Opcional) | 25/07/2024 |
| Missão de Voluntariado 1 (Obrigatória participação em pelo menos uma das Missões de Voluntariado) | de 04/07 a 29/08/2024 |
| Desafio Relâmpago 1 (Opcional) | de 25/07 a 15/08/2024 |
| Campanha de arrecadação (Obrigatória) | de 01/08 a 16/09/2024 |
| Webinar de orientação de equipes 2 (Opcional) | 29/08/2024 |
| Missão de Voluntariado 2 (Obrigatória participação em pelo menos uma das Missões de Voluntariado) | de 29/08 a 26/09/2024 |
| Desafio Relâmpago 2 (Opcional) | de 05/09 a 26/09/2024 |

Missões, desafios e pontuação na Gincana Ajibem

Cada desafio realizado se converte em pontos. Veja quantos pontos podem acumular ao realizar cada atividade, obrigatória ou opcional.

Inscrição da Equipe de Mobilização - Etapa obrigatória

Essa atividade consiste na inscrição dos membros dos Comitês e outras pessoas interessadas no sistema da Gincana e a criação do nome da equipe.

Prazo: **até 18/07/2024**



500 Pontos
pela criação
da equipe

Missão de Voluntariado 1 - Etapa Obrigatória

(pelo menos uma das Missões)

Essa etapa é o momento de “colocar a mão na massa” e fazer as ideias acontecerem. A pontuação é variável, pois será contabilizada de acordo com as atividades realizadas. Para conhecer as pontuações de todas as atividades propostas, nesta que é a etapa principal da gincana, leia a sessão “relatório de atividades” e “cardápio de atividades”.

Prazo: **até 29/08/2024**

Desafio Relâmpago



Paródia - Etapa Opcional

Essa é a oportunidade para a equipe estimular sua criatividade e poder de mobilização. Para isso, devem gravar um vídeo com até 01 minuto apresentando uma paródia que contenha as palavras: “Ajinomoto”, “Saúde” ou “Bem-Estar” ou “Nutrição”.



até 1.500
Pontos

Prazo: **até 15/08/2024**

Campanha Arrecadação - Etapa Obrigatória

A missão da equipe é realizar uma campanha de arrecadação. Essa campanha deverá ser focada em um produto que deverá ser doado para a OSC ou escola beneficiada pela equipe.

O produto a ser arrecadado pela equipe para beneficiar sua instituição deverá ser um conjunto de itens alimentícios ou de higiene e limpeza. É imprescindível que a equipe promova uma escuta da instituição para determinar o item que é mais necessário para a sua realidade.

A partir da escuta a equipe deverá determinar se o conjunto de itens a serem arrecadados será alimentício - arroz, feijão, macarrão, por exemplo – ou será de higiene e limpeza – sabonete, shampoo, pasta e escova de dentes, por exemplo.

É obrigatório apresentar recibo de comprovação de doação assinado pela OSC ou Escola, no caso da arrecadação de gêneros alimentícios ou de higiene e limpeza.

Prazo: **até 16/09/2024**

Missão de Voluntariado 2 - Etapa Obrigatória (pelo menos uma das Missões)

Essa etapa é o momento de “colocar a mão na massa” e fazer as ideias acontecerem. A pontuação é variável, pois será contabilizada de acordo com as atividades realizadas. Para conhecer as pontuações de todas as atividades propostas, nesta que é a etapa principal da gincana, leia a sessão “relatório de atividades” e “cardápio de atividades”.

Prazo: **até 26/09/2024**

Desafio Relâmpago



Flagra da Liderança - Etapa Opcional

Para garantir os pontos desta atividades, as equipes devem enviar fotos de líderes (a partir de G3) das suas unidades atuando como voluntários.

Prazo: **até 26/09/2024**



+50 Pontos

por Kg de alimento ou por unidade de produto de higiene e limpeza arrecadados e comprovados via recibo.



2.500 Pontos

pelo envio de uma ou mais fotos

Relatório de Atividades

Este relato é uma das principais etapas da Gincana AJIBEM. É nela que as equipes indicarão as ações que foram realizadas nas instituições dentro das Missões.

Para cada Missão de Voluntariado e para a Campanha de Arrecadação haverá um link específico para o preenchimento do respectivo relatório de atividades

Na hora de preencher o seu relatório, a equipe deverá informar apenas quais atividades foram realizadas e mais duas informações: número de voluntários que se envolveram naquela ação específica e quantidade de horas dedicadas para aquela ação.

O número de voluntários únicos, ou seja, cada pessoa que atuou nas ações de voluntariado conta pontos para a equipe. No caso da Campanha de Arrecadação, só devem ser contabilizadas como voluntárias as pessoas que atuaram na organização da campanha, mobilização, separação e/ou entrega de doações.

Cardápio de Atividades

Conheça o cardápio de atividades que podem ser realizadas nas instituições e sua pontuação. As atividades sugeridas foram divididas de acordo com os pilares de atuação do Instituto Ajinomoto.

Estão previstos dois momentos para a realização de Missões de Voluntariado. Cada equipe deve participar de pelo menos uma das Missões. Em cada missão, a equipe poderá escolher qual das atividades listadas abaixo realizará. Quanto mais melhor.

Caso no conjunto das Missões realizadas uma equipe realize as três atividades propostas no cardápio para um mesmo pilar do Instituto Ajinomoto, essa equipe receberá um selo virtual de especialista naquele pilar. O selo permitirá dobrar a pontuação da equipe naquelas atividades

Sua equipe também pode pensar em atividades diferentes das que estão no cardápio. Neste caso, sempre deverão usar o item "outros" de cada área de pontuação para registrar a sua atividade.

O cardápio ainda apresenta a pontuação por voluntário único atuante. Caso uma equipe consiga mobilizar mais do que 10% da força total de trabalho da sua unidade, receberá um selo de especialista em mobilização e uma pontuação bônus.



| Nutrição | Pont. |
|---|--------------|
| Criação de horta horizontal ou vertical | 6.000 |
| Oficina de culinária com receitas saudáveis e aproveitamento integral dos alimentos | 4.000 |
| Atividade interativa "Descobrindo gostos e alimentos" | 4.000 |
| Selo Nutrição (caso a unidade realize as três atividades do Pilar) - Pontuação Bônus | 7.000 |
| Outros de Nutrição | 1.000 |



| Saúde | Pont. |
|--|--------------|
| Organização de caminhada / corrida / passeio de bicicleta | 4.000 |
| Atividades de criação e/ou revitalização de espaços esportivos | 6.000 |
| Jogos, gincanas e brincadeiras / valorização do Direito de Brincar | 3.000 |
| Selo Saúde (caso a unidade realize as três atividades do Pilar) - Pontuação Bônus | 6.500 |
| Outros de Saúde | 1.000 |



| Bem-Estar | Pont. |
|---|--------------|
| Criação e/ou revitalização de espaço/s de relaxamento voltados para os públicos que trabalham e/ou atendidos pela organização | 6.000 |
| Atividades de limpeza, organização e realização de reparos na organização | 6.000 |
| Realização de atividades interativas com foco na valorização da diversidade (teatro, dança, música, contação de histórias, roda de conversa, palestras, etc.) ou Atividades de socialização com pessoas da OSC (bingo, troca de cartas, jogos de tabuleiro, etc.) | 3.000 |
| Selo Bem-Estar (caso a unidade realize as três atividades do Pilar) - Pontuação Bônus | 7.500 |
| Outros de Bem-Estar | 1.000 |



| Voluntários | Pont. |
|--|---------------|
| Voluntários do Instituto Ajinomoto - por voluntário "único" (CPF) | 250 |
| Selo Mobilização (caso a unidade tenha um engajamento superior a 10%) - Pontuação Bônus | 10.000 |

Pontuação

Por ser uma atividade colaborativa, na Gincana de Voluntariado todas as equipes jogam juntas e somam pontos em um único placar geral. Assim, com base na pontuação total alcançada é definida a premiação das OSCs parceiras.

Veja a seguir as categorias de premiação:





250 mil pontos

Prêmio R\$4.000,00
por unidade



175 mil pontos

Prêmio R\$2.000,00
por unidade



100 mil pontos

Prêmio R\$1.500,00
por unidade

Caso a pontuação total acumulada não alcance o valor mínimo de 100 mil pontos não haverá premiação.

Os resultados serão divulgados através dos canais oficiais da Ajinomoto do Brasil.

Cada equipe escolherá uma instituição para destinar a premiação. O valor do prêmio será convertido em projetos e/ou itens que atendam às necessidades das instituições escolhidas para a realização do repasse. Não haverá repasse em dinheiro. As demais instituições que por ventura receberam o trabalho voluntário da equipe ficarão apenas com os benefícios das ações voluntárias realizadas.

